**Подготовка к фиброгастродуоденоскопии (ФГДС)**

Гастроскопия требует специальной подготовки, о которой больного предупреждают в момент назначения процедуры.

1. Если позволяет время, следует исключить из рациона шоколад, орехи, семечки и острую пищу за двое суток до проведения манипуляции. Желательно в это же время перестать употреблять и алкогольные напитки.

2. Последний прием пищи перед проведением диагностической процедуры должен состояться не позднее 14 часов предыдущего дня.

3. Перед проведением стоит исключить продукты, богатые клетчаткой, тяжелые, заправленные майонезом салаты, большое количество цельно зернового хлеба, жирное мясо или рыбу, сыры. Поужинать лучше всего порцией зеленого салата с небольшим количеством белого куриного мяса, паровыми куриными котлетками, гречневой кашей, нежирным творогом. От бобовых и перловки следует воздержаться, а вот порция картофельного пюре или приготовленная на пару брокколи вполне могут стать основой вечернего меню накануне диагностики.

**Подготовка в день проведения гастроскопии**

В день исследования следует воздержаться от приема какой бы то ни было пищи и напитков. Немного воды можно выпить не позднее, чем за 2-4 часа до начала исследования.

Если пациент постоянно принимает лекарственные препараты в капсулах или таблетках, придется отложить их прием, так как любые посторонние предметы в полости исследуемого органа способны исказить картину.

Гастроскопия сопровождается усиленным рвотным рефлексом, в связи с чем пища из желудка может не только испачкать одежду, но и попасть в верхние дыхательные пути при вдохе во время срыгивания. Кроме того, прием препаратов до манипуляции сопровождается избыточным образованием желудочного сока. В ситуации «на голодный желудок» это может усугубить патологические процессы. По этой же причине не рекомендуется курить до проведения гастроскопии желудка. На этом подготовка заканчивается, далее переходим непосредственно к исследованию.

Очень важно предупредить врача об имеющихся аллергических реакциях, особенно, если они возникают на лекарственные препараты. Перед тем, как начать процедуру, врач проводит премедикацию, или анестезию корня языка и глотки с помощью аэрозоля. Это уменьшает неприятные и болевые ощущения и частично снижает проявления рвотного рефлекса, тем самым упрощая задачу врача, но может стать причиной аллергической реакции у пациента.

На гастроскопическое исследование органов ЖКТ следует взять результаты предыдущих манипуляций, если они проводились, а также паспорт, медицинский полис и полотенце.

Гастроскопия – процедура достаточно неприятная, а потому вызывает множество негативных эмоций у пациентов. Подготовка к гастроскопии желудка должно начинаться с правильного настроя. Важно правильно настроить себя перед ее проведением.  Волноваться не стоит, ведь обычно весь процесс занимает не более 10 минут. Одежду лучше надеть просторную, не сковывающую движений, в которой будет удобно лежать. Тугие воротнички и манжеты, ремни и пояса следует расстегнуть или ослабить. Если больной пользуется зубными протезами, их нужно снять, чтобы не повредить оборудование и не причинить вреда себе в случае их смещения.

**Подготовка к колоноскопии**

Готовиться к колоноскопии обычно начинают за неделю, а последние 48 часов особенно важно соблюдать режим питания.

**Если проведение колоноскопии планируется с 8.00 до 14.00**

Подготовка проводится с помощью препарата ФОРТРАНС. При этом отпадает необходимость в соблюдении бесшлаковой диеты, а также в постановке очистительных клизм!

Для эффективной подготовки нужно приобрести в аптеке 4 пакета препарата ФОРТРАНС. Четыре пакета необходимо приобретать тем пациентам, у которых имеются крупные размеры тела, запоры, спаечная болезнь брюшной полости, выявленное ранее удлинение или опущение толстой кишки (при пассаже бария по кишечнику, ирриго- или колоноскопии).

Содержимое каждого пакета ФОРТРАНС растворить в 1 литре качественной питьевой воды комнатной температуры (для растворения препарата удобно пользоваться 1,5-л пластиковой бутылкой из-под минеральной воды).

На протяжении интервала времени с 15.00 до 19.00 накануне исследования необходимо выпить 3-4 л раствора ФОРТРАНС (за 1 час выпивается 1 л раствора). Лицам, чувствительным к приёму больших объёмов жидкости (тошнота, отрыжка и т. п.), рекомендуется за 1 час до начала подготовки принять 1 таблетку препарата мотилиум.

Спустя приблизительно 1,5-2 часа после приёма первого литра раствора ФОРТРАНС появится жидкий стул, что является закономерным следствием приёма этого препарата. Жидкий стул будет периодически появляться ещё несколько раз примерно до 21.00 - 22.00. После этого, как правило, позывы прекращаются, и подготовка считается завершённой.

**Как подготовиться к колоноскопии: диета**

Главная задача подготовки - освобождение кишечника от шлаков и каловых масс. Именно поэтому из рациона следует исключить жирную пищу, продукты богатые клетчаткой, сладости, кофе. Также необходимо прекратить прием антидиарейных препаратов.

Что можно есть перед колоноскопией

• нежирные кисломолочные продукты;

• отварную постную рыбу и мясо (телятину, куриную грудку);

• соки, компоты, кисели;

• рис, гречка, хлеб (мука грубого помола).

За 48 часов до процедуры необходимо строго соблюдать диету.

**Подготовка к колоноскопии: запрещенные продукты**

От многих продуктах перед проведением колоноскопии стоит отказаться. Это все, что может вызвать брожение, увеличение объема пищевых масс в кишечнике. Для этого необходимо полностью исключить из рациона жирное мясо, жареные, копченые, острые блюда и соления. Также нельзя у потреблять бобовые, орехи, кофе и шоколад. Придется отказаться от некоторых сырых овощей (капуста, редис, чеснок, репа, редька, свекла) и зелени (шпинат и щавель). Из каш рекомендуется отдать предпочтение неочищенному рису или гречке.

При соблюдении диеты очень важно свести к минимуму количество сахара, исключить сладости, сдобу, квас, газированные напитки. Также нельзя есть абрикосы, персики, виноград, изюм, финики и бананы. Лучше отказаться от крепкого черного чая, отдав предпочтение зеленому или негазированной минеральной воде. В такой процедуре, как колоноскопия подготовка к исследованию имеет крайне важное значение. Только полная очистка кишечника позволит провести эффективное обследование слизистой.